BIOLOGIE DU BÂTIMENT

Comment le géobiologiste Guido Huwiler détecte des ondes suspectes dans les appartements.

HYGIÈNE BUCCO-DENTAIRE

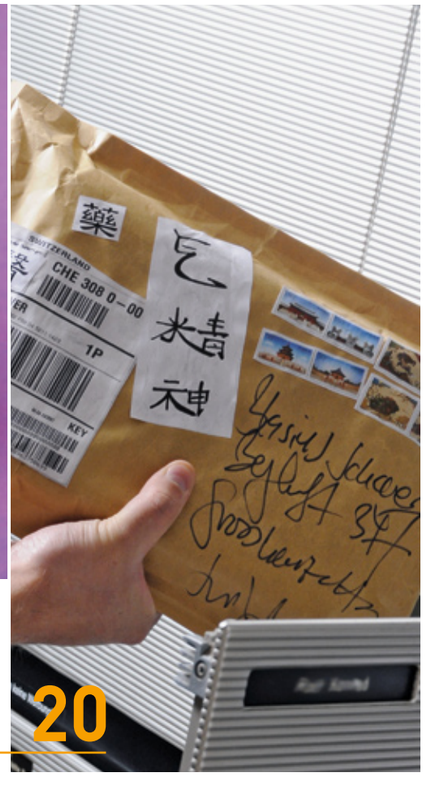
Des outils pour conserver des dents en bonne santé.

BROCHURE

Petit et compact: le guide pour soigner correctement toutes les plaies.

INTERNET

Les commandes de médicaments en ligne explosent. Légal? Dangereux pour la santé? Petit tour d'horizon.



SOMMAIRE

03 ÉDITORIAL/IMPRESSUM

06 LES BRÈVES

08 UNE PEAU SATINÉE POUR L'ÉTÉ
Des soins intensifs pour rester belle et impeccable durant toute la journée.

15 CONSEILS MÉDIAS

16 IMPERMÉABLES AUX FRONTIÈRES
Ces plantes exotiques qui envahissent la Suisse.

20 LA TENTATION INTERNET
Les dangers des médicaments commandés en ligne.

24 AGENDA SANTÉ

25 UN PETIT ABÉCÉDAIRE TRÈS PRATIQUE

26 LES PIÈGES DE LA CANICULE

29 LA DROGUERIE
Le droguiste ES Markus Arnold répond à nos questions sur les piqûres d'insectes.

30 LA TROUSSE DE VOYAGE DE VOTRE DROGUERIE

33 PLACE À UNE NOUVELLE GÉNÉRATION
Analyse de la phase de vie allant de 40 à 60 ans.

36 DES OUTILS POUR LES DENTS
Il ne suffit pas de se brosser les dents tous les jours.

39 LA LAVANDE ÉLOIGNE LE MAL
Découvrez le nouveau jardin des senteurs du Ballenberg.

40 PRODUITS DE LA DROGUERIE

42 DES PARTICULES VOLATILES
De l'utilité des «capteurs de pollens».

43 MOTS FLÉCHÉS

44 INTEMPOREL
Sauf la mort: tisane Midro

44 AFFAIRES D'HOMMES

47 COMMENT BIEN SE RINCER L'ŒIL
Du bon usage des lentilles de contact.

50 ONDES NÉFASTES À DOMICILE
Invisibles, impalpables, les ondes électroniques sont-elles pour autant anodines?

54 À VENIR
La Tribune du droguiste de juillet/août 2009

BEAUTÉ

Des instants de détente pour dorloter la peau en prévision de l'été.

BEAUTÉ

Une peau satinée pour l'été

Les températures grimpent, les vêtements raccourcissent. Il est grand temps d'adoucir la peau mise à mal par les frimas de l'hiver. Offrez-vous des pauses soins & détente et n'oubliez pas de dorloter votre épiderme de temps en temps!

Sandales de plage, shorts et t-shirt: il n'en faut pas plus pour que la plupart des hommes se sentent en été. Les femmes ne se contentent pas de si peu. Dès le début du printemps, elles jettent un œil critique sur leur propre corps. Et s'interrogent: comment faire pour qu'il retrouve forme et beauté pour l'été? Enfin libéré des gros pullovers de laine, le corps laisse encore à désirer: le teint est pâle, la peau rêche, le décolleté boutonneux, les coudes et les genoux calleux. A l'instar du papillon qui sort de son cocon, il est grand temps qu'il troque son épaisse enveloppe hivernale contre une peau douce et lisse.

Si vous voulez vous mettre en beauté pour l'été, n'oubliez pas de tenir compte des remarques qui suivent. Car la peau est soumise à différentes influences lorsque les températures commencent à grimper. «L'air sec ambiant, de même que la climatisation et la transpiration déshydratent fortement la peau», explique Monika Wegmüller, directrice de la droguerie Dropa à Ittigen (BE). Et les rayons UV, qui font tant de bien au corps et au moral, provoquent une formation accrue de radicaux libres, lesquels accélèrent le vieillissement cutané. Autre facteur de stress pour la peau: lorsque les journées de beau temps se suivent sans interruption, le taux de particules fines (et nocives) dans l'air augmente considérablement.

Même si vous n'appréciez pas la sonnerie du réveil qui vous arrache de vos rêves, pensez que l'été et ses parfums frais et fruités vous attendent dehors. Et faites en sorte de rester fraîche toute la journée. «Il existe des produits de soin spéciaux pour l'été qui tonifient la peau et qui sentent bon les vacances», assure la droguiste. Comme de légers gels douche traitants, au bois de santal, au pamplemousse ou au citron. Lesquels sont beaucoup mieux adaptés à la belle saison que les huiles ou les baumes très gras. «Vous pouvez par contre appliquer ces derniers le soir, pour soulager la peau après une longue exposition au soleil ou des baignades prolongées», précise Monika Wegmüller.

Un visage radieux pour la journée

Si vous voulez arborer un teint frais le matin au sortir de chez vous, n'oubliez pas de nettoyer soigneusement votre visage matin et soir avec un produit adapté à votre type de peau. Vous avez le choix entre

- les laits pour tous les types de peau,
- les émulsions pour peaux sèches et sensibles,
- les gels nettoyants pour peaux grasses, mixtes ou présentant des impuretés.

Concernant le soin de jour, veillez à ce qu'il intègre un indice de protection solaire. «Une bonne crème de jour prévient la déshydratation et protège la peau contre les agressions extérieures et les rayons UV», explique notre interlocutrice. Les crèmes ou fluides au panthénol conviennent particulièrement bien pour calmer les peaux irritées. La vitamine E prévient le vieillissement cutané en piégeant les radicaux libres et protège la peau des agressions extérieures. La vitamine B_3 stabilise la barrière épidermique et stimule le métabolisme cutané. Enfin les céramides agissent contre le dessèchement cutané.

Soins express Si vous avez les yeux secs et sensibles, appliquez un gel rafraîchissant autour des yeux. «Je recommande les gouttes à l'euphraise aux personnes qui souffrent de rhume des foins», précise Monika Wegmüller. Elles ont des propriétés décongestionnantes et atténuent les irritations.

Les lèvres ont aussi besoin de plusieurs séances de soins quotidiennes. Utilisez des produits qui contiennent des huiles ou des cires végétales. «Elles hydratent les lèvres et leur fournissent des lipides», rappelle la droguiste. A choix: l'huile de jojoba, la cire d'abeille ou de rose, le karité, l'huile d'amande douce ou encore l'huile d'arbre à thé. De nombreux produits contiennent également une combinaison de vitamines A et E qui favorise le renouvellement cellulaire, accélère la régénération des lèvres sèches, attenue l'inflammation et améliore la guérison des plaies.

La caresse du soleil sur la peau

La pause, enfin! Le moment de s'exposer à l'air frais et aux rayons du soleil. Mais attention: la peau très fine du décolleté est particulièrement sensible. Vous devriez donc absolument appliquer une protection solaire adaptée à votre type de peau. A propos de soleil: peut-être aimeriez-vous déjà donner un petit hâle à votre peau pâlotte? Alors ne craignez plus les marques disgracieuses laissées par les anciens autobronzants. Monika Wegmüller: «Les nouveaux produits sont faciles à appliquer et ont un parfum agréable.» Les autobronzants légèrement teintés sont très pratiques «car on voit immédiatement où l'on a déjà appliqué le produit». Mais attention: les autobronzants n'offrent aucune protection contre les coups de soleil. N'oubliez donc pas d'appliquer en plus une bonne crème solaire.

Pour bien mettre en valeur votre décolleté, dorlotez-le bien. «Le peeling est la cure de jouvence de tous les décolletés», assure notre interlocutrice. Des peelings réguliers stimulent le métabolisme cutané et favorisent la pénétration des produits de soin appliqués par la suite. Les produits raffermissants, comme les masques aux algues, aux huiles végétales ou

En appliquant le produit adéquat, vous redonnez fraîcheur et éclat à votre peau.